Rok X
Nr. 23

1 Grudnia 1936 r.

uiszczona gotówką
Cena 50 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

PISMO POPIERANE PRZEZ POLSKIE TOWARZYSTWO PEDJATRYCZNE

Przyczyny powstawania krzywicy.

Dla matek najbardziej palącą jest sprawa nie tyle leczenia, ile zapobiegania krzywicy. Ale zapobiec chorobie możemy tylko wówczas, gdy znamy jej przyczyny i wszystkie czynniki, które sprzyjają jej powstawaniu. Zatem poznanie przyczyn powstawania krzywicy jest ważne, gdyż bez znajomości ich niemożliwym byłoby zwalczanie oraz zapobieganie powyższej chorobie.

Jakie są więc przyczyny krzywicy?

Stwierdzono zjawisko ciekawe, że w krajach, gdzie dzieci od najwcześniejszych dni swego życia przebywają dużo na powietrzu, krzywica nieomal jest nieznana.

Odwrotnie, dzieci, nie korzystające wcale lub też korzystające niedostatecznie z dobrodziejstw powietrza i słońca, omal, że zawsze padają ofiarą tej choroby.

Ale spacer to jeszcze nie wszystko! Duże znaczenie ma również mieszkanie. Złe warunki mieszkaniowe — mieszkanie ciemne, brudne, przeludnione, źle przewietrzane — oto znakomita wylęgarnia krzywicy.

Musimy w tym miejscu podkreślić, że brak powietrza należy rozumieć w jak najszerszym tego słowa znaczeniu. Człowiek oddycha nie tylko płucami, oddycha również przez skórę. Nic też dziwnego, że niemowlę, rzadko kąpane z obawy przed „przeziębieniem", oblepione brudem i potem, a nierzadko i własnymi wydalinami, znacznie łatwiej zapada na krzywicę, niż niemowlę, utrzymane starannie i czysto.

Poza brakiem powietrza oraz złą pielęgnacją olbrzymią rolę w powstawaniu krzywicy odgrywa nieodpowiednie odżywianie. Nieodpowiednim odżywianiem nazwiemy w pierwszym rzędzie takie, kiedy niemowlę, z błahych nieraz przyczyn, zostaje pozbawione pokarmu matki. Karmienie piersią, aczkolwiek nie w zupełności, to jednak w znacznej mierze zabezpiecza przed krzywicą.

Nieodpowiednim odżywianiem nazwiemy również takie, w którym brak jakiegokolwiek urozmaicenia — gdy na przykład niemowlę do roku, jak to się jeszcze często dzieje, otrzymuje wyłącznie pierś matki lub mleko krowie w dużej ilości. Nieuwzględnienie w jadłospisie niemowlęcia 3 — 4-ro miesięcznego soków owocowych lub zup jarzynowych i jarzyn u półrocznego dziecka zazwyczaj nieuchronnie prowadzi do krzywicy.

Brak powietrza, zła pielęgnacja, nieodpowiednie odżywianie odbijają się niekorzystnie na zdrowiu niemowlęcia. Wynikiem nieodpowiedniego odżywiania są częste zaburzenia żołądkowo-kiszkowe, zwłaszcza u niemowląt sztucznie karmionych; wynikiem brudu, ciemnego, przeludnionego mieszkania i niewynoszenia na spacer jest częste zapadanie niemowląt na t. zw. (zresztą niesłusznie) choroby z „przeziębienia".

Wszystkie te niedomagania niemowlęcia, tym częstsze, im w gorszych warunkach ono przebywa, poza innymi ujemnymi stronami mają jeszcze i tę, że usposabiają w znacznym stopniu do zachorowania na krzywicę.

Widzimy zatem, jak przyczyna splata się ze skutkiem, tworząc istne błędne koło, w wyniku którego powstaje omawiana przez nas choroba.

W świetle tego, co powiedzieliśmy wyżej, zrozumiałym staje się, dlaczego krzywica jest chorobą miesięcy jesiennych i zimowych. Brak światła, niedostateczne przewietrzanie mieszkań z obawy przed nadmiernym ich oziębieniem, mniejsza ilość czasu, spędzanego przez dziecko na powietrzu, brak świeżych jarzyn i owoców w jego pożywieniu — oto liczne przyczyny powstawania w okresie jesienno zimowym tej właśnie choroby Ale i lato, pomimo doskonałej pogody, obfitości jarzyn i owoców, nie uchroni przed zachorowaniem na krzywicę, o ile dziecko nie będzie odpowiednio odżywiane i wynoszone na powietrze.

Tym się też tłomaczy, że niekiedy dzieci na wsi częściej chorują na krzywicę, niż dzieci miejskie, jakkolwiek na pozór są w o wiele lepszych warunkach. Dzieje się to na skutek głęboko zakorzenionych wśród ludności wiejskiej przesądów i zabobonów, które skazują bezbronne maleństwa na przebywanie przez szereg miesięcy w dusznej izbie z zabitymi na głucho oknami i na zupełnie niewłaściwe, a częstokroć szkodliwe odżywianie.

Wreszcie do przyczyn, warunkujących powstawanie krzywicy, zaliczyć należy i pewne podłoże dziedziczne.

Krzywica sama przez się nie jest chorobą dziedziczną, to znaczy, że dziecko nie przynosi jej z sobą na świat. Dziedziczna jest tylko skłonność do krzywicy. Przy tym skłonność do krzywicy w mniejszym lub większym stopniu dziedziczy każde dziecko. Nie każde jednak dziecko musi na krzywicę chorować. Skłonność do krzywicy może się ujawnić w postaci choroby tylko w tym wypadku, gdy dziecko znajdzie się w złych warunkach, o których była mowa wyżej.

W niektórych rodzinach wpływy dziedziczne są zaznaczone bardzo silnie. W tych rodzinach krzywica występuje częściej i ciężej przebiega, nawet, gdy warunki, w jakich dziecko się znajduje, nie są najgorsze. To trzeba mieć na uwadze i czujniejszą opieką otaczać dzieci, których rodzice zdradzają wybitne ślady przebytej w dzieciństwie krzywicy.

Wiedzieliśmy już od dawna, że przyczyną krzywicy jest nieodpowiednie odżywianie, brak słońca i powietrza. Cóż jednak za cudowną siłę zapobiegawczą zawierają niektóre pokarmy, jaką mocą niezwykłą obdarzone jest światło słoneczne — pozostawało dla nas tajemnicą. Dopiero badania ostatnich czasów pozwoliły wreszcie uczonym dotrzeć do jądra tajemnicy. Okazało się, że właściwą przyczyną powstawania krzywicy jest brak pewnego składnika (nazwijmy go „witaminem przeciwkrzy-

wiczym“), który niemowlę otrzymuje wraz z odpowiednim pożywieniem.

Można się jednak w tym miejscu zapytać: „No, dobrze, skoro pewne pokarmy zawierają ten witamin, to jaka rola przypada promieniom słonecznym? I na to pytanie nauka dała odpowiedź bardzo ciekawą.

Okazało się bowiem, że ów witamin, będący skutecznym orężem przeciwko krzywicy, a zawarty w pewnych pokarmach, jest bardzo często nieczynny, jest jak gdyby w uśpieniu. Budzi się dopiero z uśpienia w ustroju dziecka pod wpływem promieni słonecznych. Znany powszechnie środek — tran — zawdzięcza swe cudowne właściwości zarówno zapobiegawcze, jak i lecznicze, zawartości czynnego witaminu przeciwkrzywiczego.

Dalszym krokiem w doniosłych badaniach nad istotą krzywicy było wyodrębnienie na drodze chemicznej czynnego witaminu przeciwkrzywiczego. Obecnie poza tranem, potężnym środkiem leczniczym, posiadamy szereg leków, zawierających wyodrębniony witamin przeciwkrzywiczy w czystej postaci. Leki te, z których u nas najbardziej rozpowszechniony jest wyrabiany w kraju vitavit, są w ręku lekarza niezwykle skutecznymi środkami w zwalczaniu krzywicy.

Dr M. Stopnicka.

Jaja w jadłospisie dziecka.

Jaja kurze w odżywianiu dziecka odgrywają niewątpliwie dość poważną rolę. Niektórzy nawet specjalnie je zalecają. Inni znowu, mając smutne doświadczenie własne, czy też najbliższego otoczenia, przestrzegają przed podawaniem jaj. Prawda, jak zwykle, leży po środku.

Wprowadzenie jaja do jadłospisu dziecka stanowi w każdymbądź razie poważny krok naprzód. Nie tylko podanie całego jaja, ale nawet żółtka bardzo wzbogaca dietę dziecka.

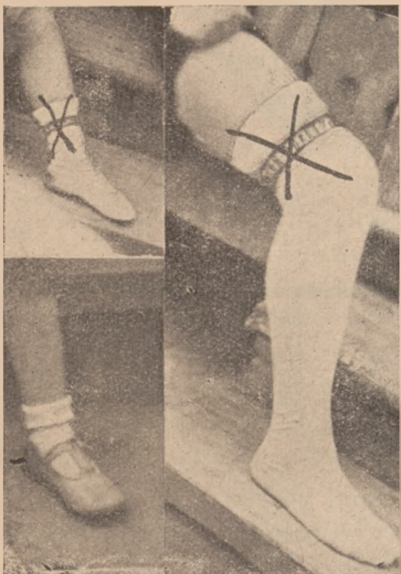
Zastanówmy się na chwilę, jaką wartość przedstawia z siebie jajo kurze Sama skorupka, zazwyczaj odrzucana, jako bezwartościowa, zawiera sole wapnia i fosforu. Niektóre preparaty wapniowo-fosforowe, przeznaczone dla dzieci, stanowią tylko dokładnie zmielone skorupki jaja. Ale nie oto nam idzie w tej chwili. Chodzi nam głównie o wartość odżywczą jaja i tym się właśnie zajmiemy.

Białko jaja nosi bardzo właściwą nazwę, bowiem jest z punktu widze-

Higiena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Podwiązki.

Nie moda, a zdrowie dziecka winno być na pierwszym planie!

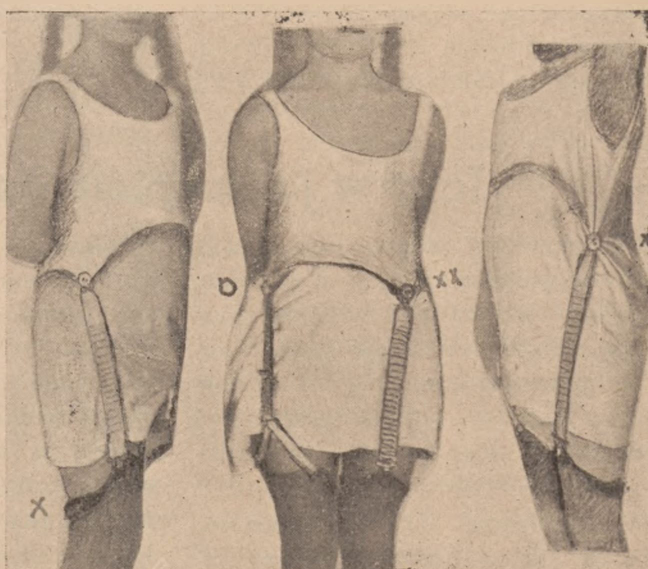




Krótkie skarpetki wystarczy odwinąć ku dołowi, by się trzymały.

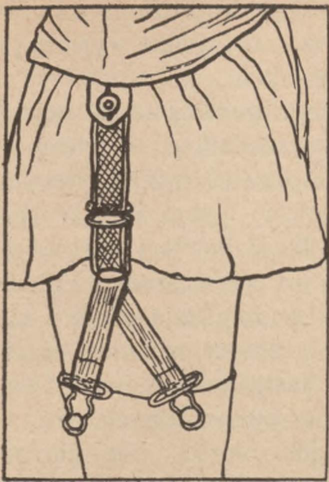
Okrągłe podwiązki utrudniają krążenie krwi.





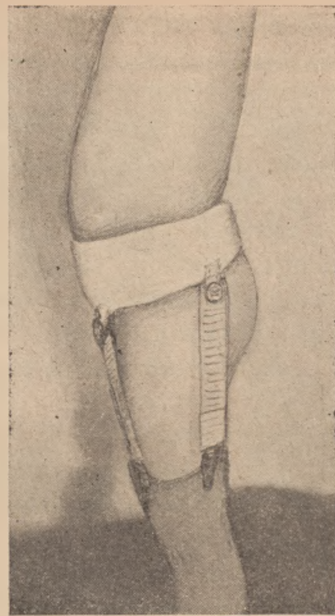
Do pończoch konieczne są podłużne podwiązki, umocowane do staniczka.

Pojedyncze podwiązki o jednym przyczepie powodują odwijanie się pończochy w formie wałka x, który wpija się w ciało; umocowane nieprawidłowo (guzik zbyt do przodu xx lub do tyłu xxx) ciągną stanik, który uwiera ramię przy każdej zmianie pozycji ciała. Kółeczkiem zaznaczone prawidłowe umocowanie pończochy.



Opis tej podwiązki na str. 627.

Racjonalna podwiązka, przypominająca męskie szelki z ruchomą taśmą o 2-ch przyczepach.



Pasek bez szelek nie może utrzymać się na wązkich biodrach dziecka, zsuwa się i uciska z tyłu na kręgosłup, powodując szkodliwe przegięcie się.





Podwiązki mogą być umocowane do zwykłego lub przedłużonego stanika, albo też do paska na szelkach. Przy zmianie pozycji ciała (np. klęczenie) ruchoma taśma przesuwa się, pończocha i stanik leżą gładko. Pożądane jest, aby stanik był sznurowany z przodu.

Dr M. ZAKS.

nia chemicznego prawie w czystej postaci białkiem. Żółtko znowu składa się z tłuszczu i białka. Już nieraz na tym miejscu podkreślaliśmy, że najtrudniejsze do strawienia są te pokarmy, w których mamy połączenie tłuszczu z białkiem. Żółtko jaja jest tu wyjątkiem. Jest ono stosunkowo łatwo strawnym i najłatwiej ze wszystkich znanych połączeń tłuszczu z białkiem. Tej właściwości właśnie żółtko zawdzięcza swą dużą wartość.

Żółtko zawiera dużo witaminów i ta okoliczność także odgrywa niepośledną rolę przy uwzględnianiu jaj w diecie dziecka.

Jajo średniej wielkości przedstawia wartość odżywczą mniej więcej 100—120 gramów mleka, a więc nie można go traktować tylko, jako przygodnego dodatku do diety zwykłej. Przeciwnie z tą wartością trzeba się już dość poważnie liczyć.

Istnieje sporo dzieci, które są obarczone pewną wrodzoną wrażliwością na białko. Nie tylko nadmiar, ale już często niewielkie ilości mleka krowiego mogą powodować u tych dzieci występowanie wykwitów skórnych, a czasami nawet pewnych dolegliwości ogólnych. Taka wrażliwość może jeszcze w większym stopniu istnieć w stosunku do białek jaja. Gdy podajemy jaja takiemu dziecku, możemy spotkać się z objawami bardzo burzliwymi zarówno ze strony skóry, jak i ogólnymi. Do tych ostatnich należy: brak łaknienia, niepokój, bezsenność, podwyższona ciepłota i t. p. Takie same objawy mogą mieć miejsce, gdy nawet normalnemu dziecku podawać jaja w nadmiarze. Nierzadko niechęć do jedzenia owoców i jarzyn ma za punkt wyjścia przekarmianie jajami.

Dlatego podawanie jaj powinno być ściśle uzasadnione, a ostatnie słowo w tej sprawie należy bezwzględnie pozostawić lekarzowi. W pewnych przypadkach bowiem można podawać żółtko już we wczesnym niemowlęctwie w postaci mieszanki z mlekiem. Często dobre wyniki uzyskujemy przez zastosowanie jaj u dzieci wątłych lub wyniszczonych.

Naogół biorąc, nie ma potrzeby zbyt wczesnego podawania jaj dzieciom. Wystarczy, jeśli je włączymy do jadłospisu po ukończonym drugim roku, nie wcześniej jednak niż w czwartym kwartale życia. Żółtko natomiast można zacząć podawać już nieco wcześniej, jednak nie przed ukończonym piętnastym miesiącem życia. W poszczególnych przypadkach można się zdecydować na wcześniejsze względnie późniejsze podawanie jaj; decyzję tę należy jednak pozostawić do uznania lekarza, najlepiej tego, który ma dziecko pod swoją opieką.

Postać, w jakiej podajemy dziecku jaja, przedstawia nie byle jakie znaczenie. Bezwzględnie należy unikać jajecznicy i jaj sadzonych, gdyż wówczas do pożywienia już bogatego w tłuszcz dodajemy jeszcze tłuszcz z zewnątrz w postaci masła, a przez to stwarzamy pożywienie bardzo trudnostrawne. Również jaja na twardo powinno się wykluczyć z jadłospisu dziecięcego, ponieważ białko ścięte jest trudniej strawne.

Z wyżej wymienionych względów, jak również z uwagi na wysoką war-

tość witaminową jaj, należy je podawać tylko na pół ugotowane, gdy żółtko pozostaje płynne, a białko jest lekko ścięte. Jajo gotowane w skorupce, a następnie rozbite w szklance jest smaczne, lekkostrawne, a więc najbardziej wartościowe.

Skorupka jaja jest porowata i często zanieczyszczona, przeto należy ją zawsze przed ugotowaniem uszorować szczoteczką w wodzie z solą lub mydłem, najlepiej pod bieżącą wodą, aby uniknąć przenikania zanieczyszczeń do wnętrza jaja.

Jaja obmyte wrzuca się na wodę gorącą, ale nie gotującą się, naczynie trzeba nakryć, zestawić z ognia na brzeg kuchni i trzymać jaja kilkanaście minut w tej wodzie. W ten sposób najbardziej ochrania się witaminy, zawarte w jaju.

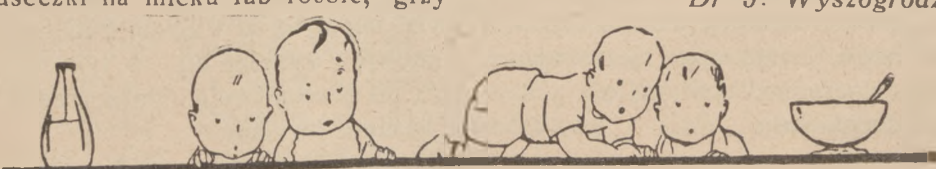
Obawy niektórych ludzi, że przez jajka surowe, względnie krótko gotowane, można się zakazić gruźlicą kurzą, praktycznie nie wchodzą w rachubę.

Na zakończenie jeszcze dodam, że najbardziej wskazane jest podawanie jaj w pokarmach lub razem z innymi pokarmami. Podawanie jaj, jako oddzielnego dania, należy odsunąć do czwartego, piątego roku życia. Żółtko najlepiej dodawać, jako zaprawkę do rosołu, barszczu lub innej zupki. Jajo dobrze jest początkowo podawać ze szpinakiem, albo w postaci omletu z owocami czy jarzynką.

Naogół dzieci chętnie jedzą lane kluseczki na mleku lub rosole, grzybek z sokiem, kotleciki z kartofli lnb innych jarzyn, gdzie zaprawa wymaga jajka.

Wreszcie dodam, że w trzecim roku życia należy poprzestać najwyżej na jednym jaju dziennie. Jeżeli jajo użyto do przygotowania jakiejś potrawy, to nie należy już drugiego, podawać jako osobnego dania. U młodszych dzieci, gdy stosujemy tylko żółtko, zaczynamy zazwyczaj od małych ilości. Na początek wystarczy 1 łyż. od czarnej kawy.

Dr J. Wyszogrodzki



Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

O wysadzaniu niemowląt.

1. W jaki sposób odbywa się oddawanie moczu i kału w pierwszych miesiącach życia niemowlęcia?

Odruchowo, niezależnie od woli dziecka.

2. Co wywołuje ten odruch?

Rozciąganie ścianek pęcherza przez zbierający się mocz oraz rozciąganie odbytnicy przez gromadzące się masy kałowe.

3. A jak odbywają się te czynności w późniejszym wieku?

Drogą nauki dziecko powoli opanowuje ten odruch i podporządkowuje go swej woli.

4. Na czym polega zatem przyuczanie dziecka do opanowania tego odruchu?

Na skojarzeniu bodźców, pochodzących z rozciągniętego pęcherza lub odbytnicy, z dodatkowym bodźcem sztucznym. Chodzi bowiem o to, by niemowlę tylko wtedy oddawało mocz i kał, gdy zjawi się ten dodatkowy bodziec.

5. Co bywa zazwyczaj dodatkowym bodźcem?

Trzymanie niemowlęcia nad nocniczkiem. Osoba, pielęgnująca łączy zwykle z tymi czynnościami jakieś podniety dźwiękowe.

6. Kiedy należy rozpocząć wysadzanie niemowlęcia?

W III kwartale życia.

7. A dlaczego nie wcześniej?

Bo w większości przypadków młodsze niemowlęta nie rozumieją, czego się od nich żąda przy wysadzaniu.

8. Na co trzeba zwracać uwagę przy wysadzaniu niemowlęcia?

Na to, by wszelkie te czynności odbywały się stale w jeden i ten sam sposób i w ściśle określonych porach dnia.

9. Dlaczego?

Bo w przeciwnym razie niemowlę nie zrozumie, czego się od niego żąda.

10. W jakiej porze dnia najlepiej wysadzać niemowlę?

Najlepiej wysadzać w tym czasie, kiedy niemowlę zwykło samo oddawać stolec. Zdarza się to najczęściej bezpośrednio po krórymś z posiłków.

11. A jak często należy je wysadzać?

Dla oddania stolca wysadza się niemowlę zwykle 1—2 razy dziennie. Przyzwyczajenie zaś niemowlęcia do opanowania odruchowego oddawania moczu napotyka na większe trudności. Niemowlę wysadza się w tym celu zaraz po przebudzeniu i bezpośrednio po każdym posiłku.

12. Czy i w nocy należy dzieci wysadzać?

Tak. W nocy wystarcza jedno wysadzenie — po 3—4 godzinach snu.

13. A czy przez to nie wybije się dziecka ze snu?

Nie. Niemowlę zazwyczaj zasypia zaraz po wysadzeniu.

14. A czy celowe jest bardziej częste wysadzanie niemowlęcia?

Zbyt częste wysadzanie jest niepożądane, bo niepotrzebnie przyzwyczaja dziecka do częstego moczenia się.

15. O czym trzeba pamiętać przy wysadzaniu dziecka?

O tym, że skupienie ułatwia opanowanie tych czynności. Nie należy rozpraszać zatem uwagi dziecka zabawianiem.

16. Czy niemowlę szybko zdobywa umiejętność powstrzymywania moczu i kału?

Tak. Roczne niemowlę zazwyczaj przestaje się we dnie zupełnie brudzić.

17. A kiedy dziecko zaprzestaje się brudzić i w nocy?

Z końcem drugiego roku życia.

18. A jak często należy myć nocniczek?

Nocniczek powinien być za każdym razem po oddaniu moczu przepłukany wodą, a po oddaniu stolca — wymyty gorącą wodą z bielidłem.

Dr. P. Wójciak.

Ze skrzynki do listów.

Nie można lekceważyć upławów.

Pani Cecylii B. w Grodnie.

Spostrzegane plamy na bieliźnie bądź pościeli u Pani maleńkiej córeczki — to są upławy. Nie należy to jednak do rzadkości. Dziewczynki, które przebyły jakąś chorobę zakaźną lub długotrwającą, wycieńczone i niedokrwiste dość często miewają upławy. Skaza wysiękowa szczególnie usposabia do upławów. Powszechnie myśli się i mówi, że dziewczynki osłabione i blade, anemiczne i wychudzone są szczególnie usposobione

do upławów. W twierdzeniu takim nie ma całkowitej słuszności, bo często u dziewczynek kwitnących zdrowiem, rześkich i czerstwych widzi się również upławy.

Najprawdopodobniej w zjawianiu się upławów u niektórych dziewczynek obok takich powodów jak niedokrwistość, wycieńczenie i t. p. niemałą rolę odgrywa pewna budowa i wzmożona czynność wydzielnicza błony śluzowej narządu rodnego. W wypadkach takich upławów wystarcza przestrzeganie jak najdalej posuniętej higieny.

Mam tu na myśli szerokie korzystanie ze świeżego powietrza, dobre i odpowiednie odżywianie, jak również utrzymywanie w należytej czystości okolic narządów moczopłciowych, używając do mycia takich roztworów środków odkażających, jak kwas borny, nadmanganian potasu i inne.

Nie zawsze jednakże można spokojnie przejść do porządku dziennego nad upławami u małych dziewczynek.

Muszę tu nawet jak najmocniej podkreślić, że w żadnym wypadku w ra zie spostrzeżenia u swojej córeczki upławów matka nie może obejść się bez porady lekarskiej. Bo obok upławów niewinnych, które można śmiało zbagatelizować, spotykają się upławy i to, niestety niezbyt rzadko, niebezpieczne i dla dziecka i dla otoczenia. Mam tu myśli upławy, które powstają w wyniku zarażenia się dziecka rzeżączką.

Często lekarz może gołem okiem odróżnić zwykłe upławy, banalne od upławów rzeżączkowych.

Ale niejednokrotnie i lekarz ma duże trudności i musi się uciekać do badania laboratoryjnego.

Jeżeli zatem lekarz napotyka często na duże trudności przy rozpoznawaniu natury upławów, to cóż mówić o matce.

W związku z tym świętym i koniecznym obowiązkiem matki jest poddanie swego dziecka badaniu lekarskiemu, skoro tylko zanważy jakąś wydzielinę z narządów moczopłciowych.

W olbrzymiej ilości przypadków upławy okażą się niegroźnymi, będą więc zbagatelizowane przez lekarza, ale nie zawsze. Tam, gdzie są one pochodzenia rzeżączkowego, należy je odrazu energicznie leczyć.

Rzeżączka zaniedbana, jest niebezpieczną w skutkach zarówno dla chorego dziecka, jak i dla jego otoczenia.

Przypuszczam na podstawie opisu, że Pani maleńka córeczka ma upławy nie niebezpieczne i że nie ma, zdaje się, Pani podstaw do niepokoju, jednakże radzę udać się z nią do lekarza.

Dr. St. Średnicki.

Podsłuchane rozmowy.

Wynurzenia sąsiadek.

W sąsiedztwie mego mieszkania znajduje się przedszkole. Słyszę bieganie, tupanie małych nóżek, często krzyki radosne, a moja czterolatka Halusia napiera się ciągle, że i ona chce się pobawić z tymi dziećmi, co przez ścianę tak ładnie śpiewają. Chcąc poznać dzieci, chodzące do przedszkola, wychodzę często na schody wówczas, gdy matki je zabierają do domu. Miałam bowiem pewne wątpliwości, czy oddać Halusię do tego przedszkola; gdzie uczęszczają głównie dzieci bezrobotnych. Obawiałam się złych nałogów i tego specjalnego żargonu dzieci ulicy.

Traf chciał, że raz byłam mimowolną słuchaczką rozmowy dwóch matek.

Jedna z nich zwierzała się drugiej, siedząc na oknie klatki schodowej.

„Moja Pani, zawołała mnie dziś panna Marysia do szkółki na rozmowę o Zośce. Wiem o co chodzi, wczoraj stłukłam Zośkę, żeby nie rozpuszczała języka, co widzi w domu".

„A co się stało, za co Pani stłukła Zośkę, to takie dobre dziecko".

„Widzi Pani, takie głupstwo, wzięła z sobą kawałek tej kolorowej gliny, co to się nią bawią w szkółce i niosła do domu. Panna Marysia zobaczyła i dalejże mówić dziecku!

„To nieładnie, niedobrze Zosieńko, bo plastelina to jest dla was, dzieci, wszystkich — to nasze — całego przedszkola. A pamiętasz ty, Zosieńko, jak Karolek przyniósł do przedszkola guziczek, co znalazł na schodach?

Schowaliśmy go do naszego pudełka z szyciem, gdy któremuś dziecku urwie się od majteczek, to przyszyjemy."

„A Zośka w bek i powiada: — Ja myślałam, że to nic taki kawałek gliny, mój Totuś takie worki pełne przynosi do domu .."

„I o takie głupstwo, moja Pani, mnie od roboty odciągać".

„Czy to warto? A Zośka dostała za to, żeby na drugi raz nie paplała, co Tatuś robi. I co Pani na to?"

„Widzi mi się, że nie powinna Pani była bić Zośki. Co ona winna, że nie rozumie tego, co Tatuś do domu w workach przynosi. Teraz — to ona już będzie wiedziała i nauczy się kłamać.

A to źle! Moja Pani, żeby tak każde dziecko wzięło ze szkółki do domu, to kawałek gliny, to ołówek — to czymby się inne w szkółce bawiły? Przecież to własność wszystkich i dobrze, że to szanować uczą."

„Przecież zarząd tego nie kupuje" — mówi pierwsza — „tylko dostaje".

„Tak, może i dostaje trochę, a nie pamięta Pani co panna Marysia na zebraniu matek mówiła o potrzebach szkółki, że brak pieniędzy, a przecież dzieci i śniadanie i obiad dostają.

Mówiła nam, żeby być przyjacielem szkółki, pomóc jej trochę, zbierać pudełka od zapałek na zabawki, uprać swemu dziecku fartuszek, co dostaje w szkółce — czy to dużo?"

„Ja tam tylko według tego jedzenia i ubrania na gwiazdkę posyłam Zośkę do szkółki — bez zabawy można się obejść.

Ale teraz — jak panna Marysia będzie o tej glinie mi dużo gadać — to Zośkę zabieram i basta. Niech siedzi w domu!"

„A czy to Pani już zapomniała jak Banasiczka lamentowała, jak jej chłopaka auto przejechało na ulicy? poszła na obsługę, chłopak wyleciał z domu i prosto pod auto.

A co Pani zrobi, jak Pani pójdzie na obsługę?

Ja, to tam jestem spokojna, idę do prania, a wiem, że mój Maniek i Kaśka siedzą w ciepłej szkółce, i pojedzą sobie i bawią się grzecznie.

A jak — to my obie popłakałyśmy się w „Dzień Matki"! jak te nasze małe pędraki porobiły nam serwetki, jak to nam obiecały, że w tym dniu będą grzeczne dla Mamusi...

Nas — tak nie uczono, moja Pani. Ci dobrzy ludzie, co prawdziwie kochają dziecko, to i o matce myślą. Niech Pani Zośki nie odbiera, będzie płakać za szkółką".

„Może Pani i dobrze mówi. No, idę na górę do panny Marysi".

W tej chwili drzwi przedszkola otwarto i gromada roześmiana, radosna wybiegła z matkami.

Weszłam do mego mieszkania, całkowicie zdecydowana oddać Haluśkę do tego przedszkola.

Instynkt społeczny jednej z tych matek z zasłyszanej rozmowy i kultura jej serca rozproszyły moje obawy.

Halina Dudzińska.

Babunia.

Jakże często powstają konflikty na ten temat. Babunia psuje wnuka, babunia zmienia rozporządzenia, babunia nie przejmuje się nowymi metodami i już. Są matki, ktore wolą wziąść płatną osobę do dziecka zamiast babuni powierzać swą pociechę. Bo płatna osoba wypełni wszelkie zlecenia i rozporządzenia dokładnie (czy zawsze?), a babunia będzie postępowała „po swojemu".

To „po swojemu" stanowi jeden zarzut, drugim jest ten, że babunia psuje dzieci i rozpieszcza. Jeszcze babcia ze strony matki ujdzie, ona tę matkę wychowała, to też coś wspólnego między kierunkami wychowawczymi zawsze będzie. Największe konflikty są z babcią ze strony ojca.

Tu już ścierają sią dwa rody, dwie tradycje, dwa odrębne kierunki.

Dochodzi często do ostrych starć!

Babuni system synowej nie odpowiada, gdy synowej nie ma przy dzieciach, to rzeczywiście zmienia to i owo, synowej babunia psuje ułożone plany, zmienia porządek dnia. I jedna i druga strona ma, jak zawsze, trochę racji, i jedna i druga strona popełnia trochę nietaktów. Drobna jednak „prawda" przechyla szalę na stronę babci. Tą „prawdą" jest fakt, że babunia dziecko kocha. Kocha prawie tak, jak matka. Dla babuni dziecko jest też skarbem i jest też najważniejszą istotą na świecie. Dla tej prawdy powinna matka ustąpić wiele ze swych, najsłuszniejszych zresztą, żalów i pretensyj. Jakże spokojna powinna być matka, idąca do biura lub szkoły, gdy ma pewną świadomość tego, że z jej dziećmi został ktoś, kto je prawdziwie i namiętnie kocha, kto się nimi całą duszą interesuje. Czy płatna bona, niania lub pierwsza lepsza przygodna osoba zastąpią babcię w jej uczuciu i oddaniu? Nigdy. Gdy sobie ktoś może pozwolić na fachową, inteligentną siłę przy dzieciach, to tym lepiej, ale i wtedy niech nie odsuwa babuni.

Że babunia psuje i pieści? Co to

szkodzi? Tej babuni nieraz niedużo lat życia zostaje, dziecko będzie jedynie pamiętało, jak przez mgłę, czyjeś starcze, poczciwe ręce, które chciały je uchronić i wszystko wybaczały. Bo młoda matka idzie w życie dopiero i od ludzi, ich przekonań i serca dużo wymaga. A babunia już poznała wszystko i wszystko zrozumiała, mało wymaga, ma pełne współczucia serca dla wiecznych trosk ludzkich i wie, że tyle tylko szczęścia ma człowiek, ile mu da dzieciństwo.

Babunię dziecko nigdy nie znudzi i nie zdenerwuje, babunia będzie mogła z całą cierpliwością, w czasie spaceru, to wkładać płaszczyk, to zdejmować. Ona nie da dziecku zmarznąć lub spotnieć, bo dla niej to kwestia wielkiej wagi, a dla płatnej, obcej osoby — to drobiazg. Widzę, podczas spaceru z dzieckiem, różne dzieci i różne babunie.

Wszędzie ta sama dbałość, troskliwość i zachwyt. „Czy to pani wnuk? To nie wnuk, to cud!"

Że babcia zawiąże czerwoną wstążeczkę od uroku, że babcia trochę pokołysze, że babcia trochę ponosi, że babcia umili posiłek bajeczką, że babcia da rumianek nie w porę, że babcia skrytykuje doktora i jego metody, że babcia cieplej okryje, że babcia kupi niepotrzebną zabawkę, że babcia będzie spełniała kapryśne zachcianki — to wszystko ostatecznie łatwo naprawić — spracowanej i wiele w życiu cierpiącej babci dadzą szczęście, a dziecku dadzą „babunię". Babunia jest od tego, by pożałowała, popieściła, zabawiła i od wszelkiej krzywdy obroniła.

A właśnie ta świadomość, że dziecka przy babuni żadna krzywda nie spotka, powinna przekonać młode matki, że babci wnuka lub wnuczkę z całym zaufaniem pod opiekę dać należy.

J. Mackiewicz-Orłosiowa.

Pamiętnik matki.

(D. c. Radosnych oczekiwań).

30 Listopad.

Czynię spostrzeżenie nad budzącą się z uśpienia duszą dziecka. Dzień każdy przynosi w tej dziedzinie nowe zmiany.

Krysia wodzi oczami za światłem przenoszonej lampy, uspakaja się przy dźwięku grzechotki, znak to, że widzi i słyszy.

Codziennie rano odbywa się kąpiel. W tym czasie w pokoju jest temperatura 20° C.

Rozpowijam Krysię na flanelowej kołderce. Dziecko przebiera rączkami i nogami i cieszy się swobodą ruchów.

Przed rozpoczęciem kąpieli przygotowuję wszystko, co będzie potrzebne.

Po kąpieli ubieram Krysię w koszulkę i cieplejszy kaftanik, zakładam chusteczkę na główkę. Dla ułatwienia wkładam rękawy koszulki do środka. Przenoszę dziecko na czysto obleczoną długą poduszkę, na której leży ceratką, flanela, dwie pieluszki — grubsza złożona we dwoje i cieńsza na ukos. Ukośny róg wsuwam między nogi dziecka, a potym owijam pieluszkami każdą oddzielnie.

Przy związywaniu w poduszce zostawiam jak największą swobodę i nie krępuję rączek. Aby uniknąć zadrapania przy nieświadomych ruchach niemowlęcia, obcinam raz w tygodniu paznokcie.

Robię to nie tylko z obawy przed zadrapaniem, ale także i dlatego, że pod paznokciami zbiera się kurz i brud, który może wtargnąć do jamy ustnej lub oka i spowodować infekcję.

Paznokcie Krysi nie sięgają poza opuszkę palca. Obcinanie nie jest bolesne, więc uskuteczniam je zawsze podczas snu dziecka.

Gdy jest już w poduszce, zdejmuję chusteczkę z głowy Krysi i czeszę włosy miękką szczotką, by nie dopuścić do t. zw. ciemieniuchy, która powstaje z potu i łupieżu, formując grubą skorupę na głowie.

Krysia kąpana jest koło 6-ej wieczorem. Po kąpieli zasypia. Spi 20 godzin na dobę. Z biegiem czasu termin ten ulega zkróceniu, jednakże nawet półroczne dziecko potrzebuje 16 godzin snu na dobę.

Gdy nadchodzi godzina karmienia, przystawiam dziecko do piersi. Krysia ssie nie budząc się wcale, gdy w nocy zaśpi godzinę posiłku, nie karmię jej nigdy, gdyż chcę jak najwcześniej przyuczyć ją, by w nocy dobrze spała.

Pamiętam, że sen dziecka to jeden z najważniejszych czynników jego zdrowia.

Żeby go zapewnić, codziennie przewietrzam pościel, a parę razy dziennie — pokój.

Łóżeczko ustawiam zdala od pieca, nie przykrywam Krysi zbyt gorąco, wiem bowiem, że przegrzewanie nie tylko jest źródłem bezsenności, lecz rozdelikaca, wywołując skłonność do katarów.

Przyczyną bezsenności bywa również przekarmienie lub też niedokarmienie.

Co do przestrzegania ciszy, przyzwyczajam Krysię do zasypiania przy odgłosie kroków i niezbyt głośnej rozmowy, chronię ją jedynie od krzyków, hałasów i zapalania światła.

5 Grudzień.

Krysia rozgląda się po pokoju. Chwyta bezwiednymi ruchami leżące na poduszce zabawki.

Gdy się niecierpliwi, bije rękami jedną o drugą.

7 Grudzień.

Krysia zaczyna poznawać. Jakiż to radosny moment dla matki! Na mój widok wydaje głośny pisk, jakby się śmiała.

Trochę gaworzy. Mówi: aj, ja, la. Przypomina to świergot ptaka.

9 Grudzień.

Chrzciny Krysi odbyły się bardzo uroczyście. Podczas nalewa..ia wody na głowę, krzyczała z całej siły swego małego gardziołka. A jest to podobno oznaka niezawodna, że dziecko zdrowo chować się będzie...

Jadwiga Kopciowa.

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. Pani St. Bolkotowej. Córeczka Pani, licząca w tej chwili 5 i pół miesiąca, może dostawać 5 razy jeść, co 3 i pół godziny. Porcja poszczególna może wynosić 180 g. 6, 9,30, 16,30 i 20 — 180 g dotychchczasowej mieszanki. 13 — kasza manna na smaku z jarzyn i jarzynki. Skład zupki — 2 łyż. od herb. manny, $1\frac{1}{2}$ cukru, $\frac{1}{2}$ masła i 150 g smaku z jarzyn. Jarzyny (marchew, buraczki, szpinak, kalafior) mogą być zaprawione mąką i masłem. Porcja ich stopniowo wzrasta od 1 do 6 łyżeczek od herbaty. Tran może Hanka dostawać. Wystarczy jej jedna łyż. od herbaty. Poprawiać smaku tranu nie ma potrzeby. Szkoły siadania nie ma. Dziecko, skoro tylko będzie czuło się dostatecznie silne, samo usiądzie i samo będzie siedzieć.

2. Pani H. Bucikiewiczowej. 13 kg wagi dla 14-miesięcznego chłopca, nawet przy dużym jego wzroście (81 cm), to za dużo. Stąd pewnie jego bladość. Czekoladę można dziecku dawać dopiero po dwóch latach. To samo dotyczy mielonej szynki. Inne pokarmy, wyliczone przez Panią, chłopak może dostawać, nawet bułkę do rączki. Stan uzębienia jego na to pozwala. Bułeczkę lepiej jest dawać czerstwą. Nie podała Pani, ile mleka na dobę malec spożywa A to bardzo ważne. Dla orjentacji komunikujemy, że dobowa ilość mleka w jego pożywieniu nie powinna przekraczać w żadnym razie pół litra.

3. Pani M. Ziętkowej O tym, czy pęcherz jest chory, może powiedzieć tylko analiza moczu. Częstsze moczenie się nie jest jeszcze dowodem, że dziecko ma zapalenie (katar) pęcherza. Należy w każdymbądź razie małą systematycznie wysadzać. W piętnastym miesiącu życia dieta dziecka przedstawia się następująco. 4 posiłki, co 4 godziny (7, 11, 15 i 19). Porcja szklanka. Ilość mleka na dobę około pół litra. Śniadanie — mleczna herbata, kawa zbożowa, kakao owsiane z czerstwą bułeczką lub sucharkami. Obiad — zupa jarzynowa lub owocowa, dość gęsta, nawet ze śmietaną; na drugie danie jarzyny, kompoty, owoce. Podwieczorek — pół śniadania i owoce. Kolacja — kasza na mleku. Z ogórka kiszonego należy zrezygnować — może powodować, jako zbyt słony, zbyt częste moczenie się dziecka. Przyczyną gorączki, którą dziecko miało w czasie wyrzynania się ząbków, było prawdopodobnie coś innego, a nie „ząbki". Prośbę Pani co do podania formy sukieneczki i płaszczyka postaramy się uwzględnić. Podamy również, jak się robi pończochy wełniane na drutach.

4. Pani H. Wójcikowej. Niemowlęta karmione piersią mają zwykle stołeczki wolniejsze. Jeśli jednak dobrze przybywają na wadze, nie ma to większego znaczenia. O dokarmianiu może być mowa dopiero, gdy dziecko będzie miało pół roku. Córeczka Pani ma w tej chwili $2\frac{1}{2}$ miesiąca, a więc z sokami też można jeszcze się wstrzymać, do 4—5-go miesiąca życia. Z soków będą się nadawały z marchwi, pomarańczy, cytryny. Kwaśne soki można słodzić do smaku.

5. Pani J. Kwasieborskiej Aby mała lepiej jadła zupkę, można ją zabielić paroma łyżeczkami mleka. Jarzyny można domieszać do zupki. Ponieważ córa Pani skończyła już 7 miesięcy, można jej na ostatnie je-

dzenie dać 180 g pełnego mleka + 2 łyż. od herb. tartego sucharka, kaszy manny lub fosfatyny. Środki przeciwkrzywicze należy jej dawać dalej.

6. *Pani R. Romanowskiej.* Wobec skłonności 2-miesięcznej córeczki Pani do wolnych stolców, należy zastąpić jej połowę cukru w mieszance na nutromalt Wandera. Szkoda że Pani odstawiła małą od piersi. Przyczyny, które Pani wymieniła w swym liście, tego nie usprawiedliwiały.

7. *Pani H. Pniewskiej.* Półroczne dziecko może być teraz na spacerze koło 3 godzin. Mały mróz nawet do 4 — 5° Celsjusza spacerowi nie przeszkadza, byleby pogoda była bez wiatru. Jeśli dziecko gorzej znosi mróz, można spacer trochę skrócić względnie zrobić go w dwóch seansach.

Sprostowanie.

W № 22 M. M. w artykule „Z pamiętnika matki“ wkradła się mała niedokładność: kawałek tekstu pamiętnika, datowany 29 października powinien być na początku artykułu, a daty obu dni przestawione w kolejnym porządku.

Redakcja.